

Методика проведения игр-эстафет.

Игры-эстафеты должны обеспечить разностороннее развитие моторики детей, а также способствовать формированию умения действовать в коллективе, ориентироваться в пространстве, выполнять действия в соответствии с правилами и ходом игры. Необходимо использовать игры-эстафеты не только с разнообразным содержанием, но и с разной организацией детей, с различными вариантами построений команд, с более сложными сочетаниями упражнений, с непривычной для детей последовательностью выполнения заданий, с нетрадиционным делением зала.

При отборе игр-эстафет воспитатель руководствуется, прежде всего, уровнем подготовленности детей и степенью овладения тем или иным видом движений. В начале учебного года целесообразно проводить игры-эстафеты с более простым содержанием, с менее сложными движениями, с привычным для детей построением команд в колонну по одному, со знакомым направлением движения в зале. Следует подбирать игры-эстафеты так, чтобы двигательные задания в них, даже основанные на одном и том же движении, усложнялись постепенно. Такая система работы подводит детей к правильному выполнению движений, к выполнению основных правил в эстафете, обеспечивает повторение и закрепление усвоенных ранее навыков и умений, формирует умение детей передавать эстафету.

Итак, главное требование, которым надо руководствоваться при подборе двигательных заданий для игр-эстафет, - соответствие содержания игровых действий и правил возрастным особенностям детей, их умениям и навыкам, возможностям.

При этом необходимо учесть общий уровень физического и интеллектуального развития детей данной возрастной группы, уровень сформированных элементов техники движения, уровень их двигательных умений; состояние здоровья каждого ребенка, индивидуальные особенности; время года, время в режиме дня, место проведения игры-эстафеты.

На выбор игр-эстафет влияет время года. В прохладную погоду проводятся такие игры-эстафеты, в которых все дети по несколько человек одновременно выполняют движения, что позволяет предупредить переохлаждение и уменьшить время ожидания. Зимой в игры-эстафеты необходимо включать игровые задания с санками, лыжами, со снежками и др. В сырую погоду не следует проводить игры-эстафеты на улице, т.к. дети, болея за игроков своей команды, переживают и кричат — это может спровоцировать простуду. В жаркую по году проводятся игры-эстафеты спокойного характера, малой и средней подвижности, исключающие опасность перегревания. При подборе игр-эстафет для улицы необходимо

учитывать наличие на площадке спортивных снарядов, естественные условия.

При отборе игр-эстафет нужно учитывать и время в режиме дня, при этом еще учитывается предшествующая и последующая деятельность детей. Утром рекомендуются игры-эстафеты с физкультурными пособиями и игрушками, побуждающими детей к движению (с мячом, с обручем, с гимнастическими скамейками, с гимнастическими палками, веревочками и пр.). Также утром проводятся игры-эстафеты большой подвижности с несколькими игровыми заданиями, с непривычным направлением движения в игре, с нетрадиционным делением зала.

Между занятиями, особенно если они связаны с длительным пребыванием в относительно неподвижной позе (рисование, лепка, развитие речи и математических представлений), полезны игры-эстафеты средней и малой подвижности. Назначение таких эстафет — активный отдых, поэтому они должны быть хорошо знакомы детям.

Прием пищи также учитывается при отборе и проведении игр-эстафет. Игры-эстафеты большой подвижности проводятся через 25-30 минут после еды, но и не перед едой: эмоциональная и физическая нагрузка повышают возбудимость, что может отрицательно сказаться на аппетите детей и вызвать излишнее утомление.

Двигательное содержание игр-эстафет должно согласовываться с условиями проведения. Игры-эстафеты с бегом на скорость, с метанием на дальность и в цель, с ходьбой и бегом в необычных условиях (в горку, по песку, по снегу, по мелкой воде) невозможно организовать в помещении.

Итак, при подборе игр-эстафет необходимо учитывать:

1. Педагогические задачи, которые будут решаться в играх-эстафетах.
2. Форму занятия, в которое включена игра-эстафета.
3. Состав команд по количеству участников, по двигательным способностям, по возрасту и полу.
4. Уровень физической подготовленности детей.
5. Условия и место проведения игры-эстафеты: размеры зала или площадки, наличие инвентаря.
6. Состояние участников: характер их деятельности перед игрой-эстафетой и непосредственно после эстафеты.

При подготовке к проведению игры-эстафеты требуется подготовить площадку:

- обозначить линию старта (стартовая линия цветная, для каждой команды свой цвет); линию поворота (не менее чем в 1,5 м от стены);
- подготовить необходимый инвентарь для эстафет (мячи различных размеров, палки, кегли, обручи, скакалки, веревочки, кольца, флажки, гимнастические скамейки и т.п.) Он должен быть безопасным и ярким, заметным в игре, а его размер и масса должны соответствовать возрасту и функциональным возможностям детей;
- подготовить места для «болельщиков» - детей, не принимающих участие в игре (как правило, зрителей рассаживают на гимнастические скамейки, поставленные вдоль длинной стороны зала);
- отметить места для построения команд;
- продумать награды (жетоны, медали, грамоты); музыкальное сопровождение.

Перед проведением игр-эстафет педагогу необходимо выучить правила эстафет, последовательность движений в каждой игре-эстафете и разучить с детьми девизы, речёвки, познакомить со сложными сочетаниями движений в игре. Подготовка к эстафетам проходит заранее. Дети делятся на две-три команды. Команды состояются с одинаковым количеством игроков и приблизительно равные по силам. Деление на команды мальчиков и девочек нежелательно. Заранее выбирают капитанов команд, они дают название своей команде под умелым косвенным руководством воспитателя. Девиз команды выбирается детьми с подачи воспитателя (девизов предлагается несколько, из них выбирается один). Также детьми изготавливается коллективная эмблема, а для каждого ребенка эмблему делают воспитатели. Капитану надевается нарукавная повязка. Воспитателям необходимо заранее подготовить «подарки» участникам эстафет. Команде-победителю готовится большой приз (мяч, скакалки, настольная игра, книга сказок и пр.) и грамота за первое место, проигравшей команде — приз и грамоту за второе/третье место. Всем детям, участвовавшим в играх-эстафетах, готовятся индивидуальные призы (медали, сувениры, жетоны, значки).

Необходимо продумать способ построения участников. Для того чтобы детям было удобно следить за действиями товарищей, можно изменить привычное построение в колонну по одному на другие виды: в колонну по одному, но за детьми более низкого роста; в шахматном порядке; полукругом; в шеренгу (если мало участников).

Объяснение эстафет должно быть очень кратким, четким, понятным. После расстановки детям сообщается название и цель эстафеты, затем содержание (т.е. перечень заданий в запланированной последовательности их выполнения) и в конце объяснения перечисляются основные правила. Второстепенные замечания, детали и уточнения можно давать по ходу ее проведения. После всех указаний следует ответить на вопросы играющих,

если они возникли. Первичное объяснение сопровождается показом движений капитанами или вторым судьей; ребенок, показывающий движения, первый выполняет эстафету.

Игра начинается по условному сигналу (команда, свисток, хлопок в ладоши, взмах рукой или флажком). Рекомендуется употреблять различные команды и сигналы, чтобы развивать у детей точность и быстроту двигательной реакции. Руководитель заранее сообщает детям о сигнале. Сигнал подается только тогда, как руководитель убедится в том, что все игроки поняли содержание игры и заняли соответствующие места. Чаще в работе с дошкольниками сигналом для начала эстафеты служит спортивная команда: «На старт! Внимание! Марш!».

Руководство процессом игры. Усвоение игры и поведение детей во время игры в значительной степени зависят от правильного руководства ею. Необходимо начать игру организованно и своевременно. Задержка снижает эмоциональный настрой участников, уменьшает готовность детей к игре. Во время проведения эстафеты взрослый двигается между линиями препятствий лицом к детям, шагами назад и вперед и словесно помогает выполнению движений — подбадривает детей, подсказывает рациональный способ выполнения задания и последовательность выполнения движений. Далее руководитель внимательно следит за ходом игры, за поведением отдельных игроков и направляет их действия. Руководитель делает поправки и замечания, не останавливая ход игры. Если большинство участников допускают одинаковую ошибку, то после окончания эстафеты педагог указывает на общие ошибки и вносит поправки.

Необходимо добиться сознательной дисциплины, честного выполнения правил и обязанностей, возложенных на игроков. Сознательная дисциплина содействует лучшему усвоению игры, хорошему настроению ее участников. Необходимо воспитывать у детей сознательное отношение к своему поведению в игре, направлять их на товарищеские поступки: «выручай товарища!», «помогай отстающему!», «добивайся цели вместе со своими товарищами!», «выполни свое задание до конца, иначе проиграет команда!».

Игрой надо руководить так, чтобы сам процесс ее доставлял детям удовольствие. Это возможно только в том случае, если участники смогут проявить активность, творческую инициативу и самостоятельность. Руководитель должен заинтересовать детей игрой, увлечь их.

В процессе игры надо учитывать наиболее опасные моменты (перепрыгивание через сложное препятствие, спрыгивание вниз с высоты, бег около снарядов, ходьба и бег по гимнастической скамейке, препятствия) и быть готовым к страховке. К этому можно привлекать и детей, не участвующих в игре.

В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, а также его физическое состояние в данное время. Поэтому не рекомендуется сразу проводить игру-эстафету большой подвижности, т.к. это может вызвать чрезмерное мышечное напряжение. Надо обеспечить оптимальные нагрузки каждому ребенку. Интенсивные периоды физической нагрузки следует чередовать с отдыхом, который организуется между играми-эстафетами.

Надо учитывать, что с повышением эмоционального состояния играющих нагрузка возрастает. Дети, увлеченные игрой, теряют чувство меры, желая превзойти друг друга, не рассчитывают своих возможностей и перенапрягаются. Необходимо приучать детей контролировать и регулировать свое самочувствие. Дошкольникам свойственно переоценивать свои силы, поэтому педагог не должен полагаться на желание детей продолжать соревнование. Необходимо помнить о возрастных и индивидуальных особенностях детей, их состоянии здоровья.

Нагрузка в игре дозируется уменьшением или увеличением общей подвижности участников. Существуют различные методические приемы для изменения нагрузки. Можно увеличивать перерывы между эстафетами, используя их для разбора общих и индивидуальных ошибок, подсчета очков каждой команды, уточнения правил передачи эстафеты, на значения помощников для судейства, сокращать дистанции для пробежек, уменьшать число игровых заданий в последующих эстафетах, менять уставших детей на запасных игроков и т.п. Можно увеличивать подвижность участников игры, добавляя препятствия, увеличивая дистанции пробежек, разделяя команды на части и включая в соревнования встречные эстафеты для повышения активности, изменять исходные положения игроков на старте, делить зал по диагонали.

Продолжительность игры зависит от количества участников, их возраста, содержания игры, от места проведения, тем па, предложенного руководителем. Заканчиваются игры-эстафеты общей ходьбой на месте, упражнениями на восстановление дыхания, пальчиковой гимнастикой, спокойными заданиями (отгадать загадки, собрать головоломку; игры малой подвижности на внимание и др.). Задача этих упражнений — постепенно снизить физическую и эмоциональную нагрузку.

По окончании игры подводятся итоги и оценка игры-эстафеты.

При оценке игры-эстафеты воспитатель отмечает ее положительные стороны, называет детей, удачно выполнивших игровые задания, проявивших смелость, выдержку, товарищескую взаимопомощь, и, наоборот, порицает нарушения правил и связанные с этим действия детей. При разборе игры-эстафеты лучше усваиваются правила, уточняются детали игры, улаживаются конфликты.

Подведение итогов в конце соревнований начинается с проигравшей команды, а команда-победитель объявляется последней. Призы командам вручаются публично. Чтобы сгладить переживания детей проигравшей команды, желательно провести ритуал рукопожатия между командами. Необходимо учить детей переживать неуспех и справляться с негативными эмоциями, однако следует отметить, что игры-эстафеты должны приносить детям радостные переживания. Педагогу необходимо подбадривать детей, вспоминать их успехи и строить планы на дальнейшие победы. Всем детям, участвовавшим в соревновании, вручаются индивидуальные призы (медали, сувениры, жетоны, значки). В группе можно оформить альбом наград с фотографиями, а также может быть оформлена Стена славы «Наши чемпионы» и многое другое.

Элементы соревнований побуждают детей к большей активности, к проявлению различных двигательных и волевых качеств (быстроты, ловкости, выдержки, самостоятельности, настойчивости).

Таким образом, использование игр-эстафет в работе с детьми помогает педагогам решать образовательные и воспитательные задачи